



26.06.2024 - 09:38 Uhr

Nouveau guide touristique pour la randonnée et le cyclisme en plein air

Vernier/Ostermundigen (ots) -

Les informations touristiques font partie de l'ADN du Touring Club Suisse depuis sa fondation, en 1896. Depuis, les pages internet et les guides touristiques du TCS sont consultées plusieurs millions de fois par an, atteignant même des records durant la pandémie de COVID. Le guide destiné aux randonneurs et aux cyclistes vient d'être publié. Il regroupe toutes les informations touristiques et médicales nécessaires à la pratique de ces sports et peut être téléchargé gratuitement par les membres du TCS ou commandé en version imprimée.

Le Touring Club Suisse (TCS) poursuit sa mission d'accompagner les voyageurs dans leurs aventures avec le lancement de son sixième guide touristique, "Randonnée et cyclisme Outdoor". Conçu pour les amoureux de la nature et les passionnés d'activités en plein air, ce guide offre une mine d'informations pratiques et des conseils avisés pour tirer le meilleur parti des randonnées pédestres et cyclistes.

Dans la lignée des précédents guides de santé et de voyage du TCS

Cette édition dédiée à la randonnée et au cyclisme en plein air complète la série de guides de voyage du TCS, qui en comprend déjà cinq autres : Camping et santé, Conseils santé pour vos vacances d'hiver en Europe, Conseils santé pour un voyage en croisière, Conseils santé pour vos vacances en Europe du Sud et Conseils santé pour vos vacances en Afrique. Au total, ces guides, gratuits pour les membres du TCS, ont été téléchargés plus de 100'000 fois. Ils contiennent tous des interviews et des conseils de médecins suisses sur des thématiques de santé liées au voyage. Ces guides complètent avantageusement les informations touristiques que le TCS met à disposition gratuitement sur son site internet et qui sont consultées plusieurs millions de fois par an.

Tous les guides ont pour objectif de fournir des conseils médicaux et de sécurité aux voyageurs. De "Conseils santé pour un voyage en croisière" qui aborde la prévention des maladies en mer et les premiers secours en cas d'urgence maritime, à "Conseils santé pour vos vacances d'hiver en Europe" qui fournit des recommandations spécifiques pour éviter les risques liés aux sports d'hiver et à l'exposition au froid, chaque guide de la série offre un éventail complet de conseils pratiques.

Le guide "Conseils santé pour vos vacances en Afrique" se concentre sur les précautions médicales à prendre lors de voyages sur ce continent, notamment en ce qui concerne la prévention du paludisme et des autres maladies tropicales, ainsi que sur les premiers secours en cas d'urgence. Le guide "Camping et santé" offre des conseils spécifiques pour les campeurs, couvrant des sujets allant de la sécurité alimentaire à la gestion des urgences médicales en camping.

Quant au guide "Conseils santé pour vos vacances en Europe du Sud", il met en lumière les précautions à prendre pour éviter les problèmes de santé courants dans les destinations méditerranéennes, tels que les coups de chaleur et les infections alimentaires. Chaque guide est élaboré en collaboration avec des experts médicaux et des spécialistes du voyage, garantissant ainsi des conseils fiables et pertinents pour les voyageurs de tous horizons.

Une approche holistique de la sécurité et de la santé

Le guide "Randonnée et cyclisme Outdoor" va au-delà de simples recommandations de parcours et de points d'intérêt. Il offre une approche holistique en fournissant des conseils pour préserver sa santé avant, pendant et après une randonnée ou une balade à vélo. Des sections dédiées à la préparation physique, à l'équipement nécessaire, à la nutrition appropriée et aux premiers secours sont incluses pour garantir une expérience sécurisée et enrichissante en plein air. Il peut être téléchargé sur le site du TCS ou commandé en version papier dès la fin du mois de juin.

Contact:

Laurent Pignot, porte-parole du TCS
Tél. 058 827 27 16 | 076 553 82 39 | laurent.pignot@tcs.ch